

Государственное образовательное автономное учреждение  
дополнительного образования Ярославской области  
«Центр детей и юношества»



УТВЕРЖДАЮ:  
директор ГОАУ ДО ЯО  
«Центр детей и юношества»  
*Е.А. Дубовик*  
Е.А. Дубовик  
«01» сентября 2020 г.

Дополнительная общеобразовательная  
общеразвивающая программа по хореографии  
**«Хореография для кадетских классов»**

Возраст детей: 11-13 лет

Срок реализации: 1 год

Направленность – художественная

Автор - составитель  
Уханова Т.Г.,  
педагог дополнительного  
образования  
отдела художественно-  
эстетического творчества

Ярославль, 2020

## 1. Пояснительная записка

В настоящее время кадетское образование широко распространено в общеобразовательных школах. Обучение в кадетском классе ориентировано на предоставление основного общего, среднего (полного) общего образования и программы дополнительного образования. Цель такого обучения – подготовка учащихся к профессиональному служению Отечеству на гражданском и военном поприще.

В программу обучения кадетских классов включается военно-патриотическое направление (военные дисциплины, строевое обучение, ОФП, стрельба), более широкое изучение истории, в том числе военной истории, медицинская подготовка и научно-техническое направление (информационные технологии), которые являются частью военно-технической подготовки, оказывающей влияние на все стороны жизни и деятельности кадетского класса

Также в программу обучения кадетских классов включено художественно-эстетическое направление (этика и этикет, танцы), как часть всестороннего развития учащихся.

В этой связи в помощь школе разрабатываются программы дополнительного образования, которые обеспечивают данную часть кадетского образования, поскольку зачастую в школах не хватает специалистов по данной направленности.

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Хореография для кадетских классов» предназначена для учащихся кадетских классов общеобразовательной школы и создана как раз для решения данной проблемы.

**Цель программы:** художественно-эстетическое воспитание учащихся кадетских классов средствами хореографии, в частности знакомства с историко-бытовыми танцами.

### **Задачи программы:**

- знакомить с основами историко-бытового танца, его историей и основными элементами;
- развивать физические и хореографические способности учащихся;
- обучать основам танцевального этикета;
- развивать внимание, память, музыкальные данные;
- воспитывать музыкальный вкус и любовь к искусству танца.

Основной формой организации образовательного процесса по программе является учебно-тренировочное занятие. Итоговой формой аттестации – концерт.

Срок реализации программы – 1 года, возраст учащихся 11-13 лет. В программе учтены возрастные особенности детей данного возраста, условия и возможности образовательного учреждения.

Занятие проводятся 1 раз в неделю по 1 часу. Объем часов по программе – 36.

### **Результаты освоения программы:**

- знание танцевальных рисунков и ориентационных понятий (центр, середина класса, интервал, круг, линия, шеренга, колонна, шахматный порядок, точка /1,3,5,7 /, диагональ);
- развитие внимание, памяти, умения слышать музыку;
- умение ориентироваться в классе по отношению к зрителю;
- умение правильно выполнять ритмические и танцевальные движения в определенной последовательности в этюдном материале;
- умение выполнять элементы и сложные комбинации разделов ритмика и историко-бытового танца
- знание основ танцевального этикета.

## 2. Учебно-тематический план

№	Тематические блоки	Количество часов		
		всего	теория	практика
1	Вводное занятие	2	1	1
2	Ритмика	13	4	9
3	Музыкальная грамота	5	1	4
4	Историко-бытовой танец	13	5	8
5	Культурно-досуговая деятельность	2		2
6	Итоговое занятие	1		1
<b>Итого:</b>		<b>36</b>	<b>11</b>	<b>25</b>

## 2. Содержание программы

### 1. Вводное занятие

#### Теория:

- знакомство с детьми и педагогом;
- инструктаж по технике безопасности;
- правила поведения на занятиях, на сцене;
- форма одежды на занятиях.

#### Практика:

- диагностика (мониторинг) музыкальных и танцевальных данных воспитанников.

### 2. Ритмика

#### Теория:

- правила исполнения упражнений;
- знание танцевальных рисунков и ориентационных понятий (центр, середина класса, интервал, круг, линия, шеренга, колонна, шахматный порядок, точка /1, 3, 5, 7 /, диагональ).

#### Практика:

##### Упражнения по кругу:

- маршевый шаг с чередованием хлопков;
- танцевальный шаг с носка с добавлением работы рук;
- шаг на полупальцах и пяточках в комбинации;
- шаг на внешней и внутренней части стопы;
- шаг с высоким подъёмом колена на всей стопе и на полупальцах;
- шаги с наклонами;
- лёгкий бег;
- бег, сгибая ноги сзади;
- бег, вынося прямые ноги вперёд;
- прыжки и соскоки по VI позиции;
- подскоки на месте и с продвижением, подскоки с хлопками;
- боковые приставные шаги, галоп.

##### Упражнения в партере стоя:

- упражнения для развития мышц шеи: повороты головы вправо, влево; наклоны к правому, левому плечу; поднимание и опускание плеч «знаю, не знаю»;
- упражнения для развития подвижности суставов и силы: движения кистями рук вверх вниз, круговые движения; сгибание, разгибание в локтевых суставах, «мельница»;
- упражнения для укрепления мышц спины: повороты корпуса, наклоны в стороны, вперед;
- «пружинка»;
- «пружинка» с наклонами головы;
- приставные шаги;
- подъемы на полу пальцы с полуприседанием;
- прыжки: трамплинные по 6-й позиции, поджатые;

### 3. Музыкальная грамота

#### Теория:

- знакомство с музыкальными понятиями:
- музыкальное вступление, «сильная доля»;
- музыкальный темп: – быстро, медленно, умеренно
- характер музыки - веселый, грустный «мажор», «минор»;
- динамические оттенки - тихо, громко;
- длительность - короткий, длинный звук;
- аккорд, пауза;
- строение музыкального произведения;

- динамические оттенки - тихо, громко;
- длительность - короткий, длинный звук;
- аккорд, пауза;
- понятие музыкальной формы: фраза, музыкальный размер 2/4, 3/4;
- музыкальный жанр: марш, вальс, песня, танец.

Практика:

Упражнения на формирование музыкально-двигательных умений и навыков:

- упражнения на определение музыкальных жанров;
- понятие о музыкальном предложении;
- соотношение резких и спокойных движений с сильными и слабыми долями музыки;
- ускорение и замедление темпа движения в два раза при неизменном музыкальном темпе;
- определение детьми на слух вступления и основной части музыкального сопровождения;
- хлопки в ладоши – простые и ритмические.

#### **4. Историко-бытовой танец**

Теория:

- правила исполнения движений;
- краткое содержание танцевальных элементов.

Практика:

- постановка корпуса
  - позиции и положения рук;
  - позиции ног;
  - основные ходы, рисунки историко-бытового танца;
  - разновидность танцевального шага;
  - положение в паре;
  - разучивание хореографических композиций (исполнение отдельных фигур, элементов, отработка и соединение в рисунок).
  - работа над техникой исполнения и стилем.
- Этюдный материал: «Полонез», «Марш», «Вальс – знакомство», «Вальс»

#### **5. Культурно-досуговая деятельность**

Практика:

- посещение новогодних представлений;
- посещение концертов и мероприятий ГОАУ ДО ЯО ЦДЮ.

#### **6. Итоговое занятие**

Практика: показательное выступление для родителей, подведение итогов.

## 4. Обеспечение программы

### 4.1 Методическое обеспечение программы

#### Формы занятий:

**Беседа**, на которой излагаются теоретические сведения, которые иллюстрируются музыкальными примерами, аудиозаписями, видеоматериалами.

**Практические занятия**, где обучающиеся осваивают музыкальную грамоту, разучивают основные элементы танцевальной композиции.

**Заключительное занятие**, итоговое занятие – в конце учебного года. Проводится для самих детей, педагогов, родителей.

#### Каждое занятие строится по схеме:

- организованный вход в класс, поклон;
- повторение пройденного материала;
- разучивание новых элементов и комбинаций;
- анализ занятия.

### 4.2. Материально-техническое обеспечение

Материальную базу, обеспечивающую образовательную деятельность, составляют:

- учебный класс, оборудованный зеркалами и станками для занятий классическим и народным экзерсисом;
- музыкальный инструмент (фортепьяно);
- аудиоаппаратура;
- наличие оборудованных раздевалок;
- костюмная база.

### 4.3. Кадровое обеспечение программы

Для реализации программы необходимо два специалиста: педагог дополнительного образования, имеющий специальное хореографическое образование и концертмейстер, имеющий специальное музыкальное образование, владеющий музыкальным инструментом (фортепьяно), понимающий специфику работы в детском танцевальном коллективе и работающий в тесном тандеме с педагогом – хореографом.

## 6. Список информационных источников

1. Барышникова, Т. Азбука хореографии / Т. Барышникова. – М.: Рольф, 1999. – 272с.
2. Бирюк Е.В. Ритмическая гимнастика: методические рекомендации [Текст] / Е. В. Бирюк. - Киев: Молодь, 1986. – 28 с.
3. Бекина С.И. Музыка и движение [Текст] / С.И.Бекина, Т.П.Ломова, Е.Н.Соковина. - М.: Просвещение, 1985
4. Боголюбская, М. С. Музыкально-хореографическое искусство в системе эстетического и нравственного воспитания / М. С. Боголюбская. – М.: ВНИЦТИ КПП, 1986. – 92с.
5. Буйлова, Л.Н. Жизнь в танце / Л.Н. Буйлова // Внешкольник.- 2001.-№10.- С. 24-25.
6. Быкова, В. Г. Мониторинг в образовательном учреждении / В.Г. Быкова // Завуч.- 2004.- № 6.- С.87-106;№ 7.- С.132-143.
7. Воронина И. «Историко-бытовой танец»; М.: Искусство, 1980.
8. Ветлугина Н. А. Музыкальное развитие ребёнка [Текст] / Н.А.Ветлугина. - М., 1968.
9. Золотарева, А. В. Мониторинг результатов деятельности учреждения дополнительного образования детей: монография.- Ярославль: Изд-во ЯГПУ им. К. Д. Ушинского, 2005. - 200с.
10. Кузнецова, Н. А. Управление методической работой в учреждениях дополнительного образования детей: пособие для руководителей и педагогов / Н. А. Кузнецова, Д. Е. Яковлев. – 2-е изд. – М.: Айрис-пресс, 2004.-96с.
11. Майоров, А. Н. Мониторинг в образовании: изд. 3-е, испр. и доп. / Майоров А. Н. – М.: Интеллект – центр, 2005. – 424с.
12. Михайлова Э.И. Ритмическая гимнастика: справочник [Текст] / Э.И.Михайлова. - М.: Московская правда, 1987. – 80 с.
13. Мониторинг образовательных результатов в учреждении дополнительного образования детей (методические материалы для педагогов и специалистов системы дополнительного образования детей). – Ярославль: ГОУ ЯО ЦДЮ, ИЦ “Пионер”.- 2003.-56с.
14. Онлайн-уроки, семинары, мастер-классы [www.horeograf.com](http://www.horeograf.com)